



Accidentes más frecuentes en bebés y niños.

Medidas preventivas y qué
hacer en caso de que ocurran.

Irina de Geofamstore

¿Sabías que la mayoría de los “accidentes” infantiles ocurren en el hogar y pueden prevenirse?

Como padres o cuidadores, nuestra prioridad es mantener seguros a nuestros pequeños. Sin embargo, los niños son curiosos por naturaleza y están en constante exploración, lo que puede exponerlos a situaciones de alto riesgo.

En esta guía, descubrirás información muy importante sobre los cinco accidentes más frecuentes que afectan a bebés y niños de hasta 5 años:

1. Golpes y traumatismos
2. Asfixias y atragantamientos
3. Intoxicaciones
4. Quemaduras
5. Electrocuciiones

Aprender a prevenirlos puede marcar la diferencia entre un susto y una tragedia, todo ello con base en las recomendaciones de las mejores instituciones nacionales e internacionales de pediatría que se indican en la sección 7, y por supuesto, en mi experiencia como mamá de dos.

Aprenderás también las medidas básicas para saber cómo actuar en caso de suceda alguno de los eventos mencionados.

Nota importante:

En las secciones “Qué hacer en caso de...” los pasos descritos están diseñados para proporcionar una orientación básica en situaciones de emergencia. Sin embargo, **no sustituyen la valoración médica inmediata y la capacitación formal en primeros auxilios. Se recomienda encarecidamente que las personas que cuidan de bebés y niños participen en cursos certificados de primeros auxilios para garantizar una respuesta adecuada y segura ante cualquier situación de riesgo.**

En esta guía te recomendamos que te acerques al centro de Protección Civil o Cruz Roja más cercano a tu comunidad. Las capacitaciones en Primeros Auxilios generalmente son gratuitas o de bajo costo. Sin embargo, te recomendamos

también un curso en línea de Primeros Auxilios para bebés y niños que puedes empezar inmediatamente. Consulta el temario en las páginas finales de esta guía.

Como material extra, al final de cada apartado, encontrarás una check list (lista de cotejo) como ejemplo para que la imprimas y lo tengas a la mano. Verifica si en tu hogar se cumple con cada una de las medidas que se indican y coloca una palomita ✓ en el recuadro de la parte izquierda cuando ya la tengas implementada. Puedes proporcionársela también a los cuidadores de tu peque. Encontrarás también al final del apartado de "Electrocuciones" una lista de cotejo vacía para que la imprimas y personalices según tus necesidades.

A lo largo de este documento, también descubrirás diferentes tips, recomendaciones e información importante que pueden ser útiles en tu camino para lograr un ambiente lo más seguro posible para tus niños.

Aclaración sobre el uso de género

En esta guía, los términos "niño, hijo, pequeño, peque" se utilizan de manera inclusiva para hacer referencia tanto a niños como a niñas. Asimismo, cuando se mencionan palabras como "padres, papás" u otras de connotación masculina, se emplean de forma general para abarcar tanto a mamá como a papá, sin distinción de género o sexo.

Esta decisión se toma con el propósito de simplificar la redacción y no pretende excluir ni invisibilizar a ningún sexo o género.

Las recomendaciones, medidas preventivas y acciones descritas son aplicables por igual a todos los menores, independientemente de su sexo o identidad de género.



Descargo de Responsabilidad

La información contenida en esta guía está destinada únicamente a brindar orientación y recomendaciones generales sobre la seguridad y el bienestar de bebés y niños.

No constituye asesoramiento médico, legal ni profesional.

Las personas que utilicen esta guía asumen la responsabilidad completa de su propia seguridad y la de los menores a su cargo.

Se recomienda encarecidamente la capacitación formal en primeros auxilios y el seguimiento de las normas locales de seguridad.

El autor no será responsable de ningún daño directo, indirecto, incidental o consecuente que resulte del uso de la información proporcionada.

Contenido

<u>1. Golpes y traumatismos</u>	1
<u>2. Asfixias y atragantamientos</u>	12
<u>3. Intoxicaciones</u>	20
<u>4. Quemaduras</u>	35
<u>5. Electrocuciiones</u>	46
<u>6. Referencias de instituciones pediátricas</u>	56
<u>7. Curso Primeros Auxilios para bebés y niños</u>	61
<u>8. Conclusiones</u>	64

1. Golpes y traumatismos



Golpes y traumatismos

Los golpes y traumatismos son uno de los accidentes más comunes en bebés y niños pequeños. Se pueden producir principalmente por caídas, por accidentes de tráfico, por el juego propiamente desarrollado por los niños o bien por actividades deportivas.

Un golpe es un impacto físico repentino y fuerte sobre una parte del cuerpo, generalmente causado por el choque contra un objeto o superficie. Los golpes pueden variar en intensidad y pueden provocar desde una leve molestia hasta lesiones más graves.



Características de un golpe:

- Suele ser localizado en un área específica del cuerpo.
- Puede causar dolor, inflamación o hematomas (moretones).
- En la mayoría de los casos, sus efectos son temporales y se resuelven con el tiempo y cuidados básicos.

Un **traumatismo** es una lesión física causada por una fuerza externa que actúa sobre el cuerpo. Es un término más amplio que abarca desde lesiones leves hasta daños graves en órganos y tejidos.



Características de un traumatismo:

- Puede afectar a una o varias partes del cuerpo.
- Puede ser resultado de golpes, caídas, accidentes o cualquier otro tipo de impacto físico.
- Sus consecuencias pueden variar desde lesiones superficiales hasta daños internos graves.
- Dependiendo de su gravedad, puede requerir atención médica inmediata.

Es importante destacar que mientras todos los traumatismos implican algún tipo de golpe o impacto, no todos los golpes resultan necesariamente en un traumatismo significativo. La gravedad dependerá de factores como la fuerza del impacto, la zona afectada y la vulnerabilidad individual.



Medidas preventivas



Para bebés recién nacidos hasta 1 año

1. Utiliza una cuna segura con barrotes que no estén separados más de 6 cm.
2. Mantén siempre una mano sobre el bebé cuando esté en el cambiador.
3. No dejes al bebé solo en superficies elevadas como camas o sofás, principalmente después de los 3 meses cuando ya comienzan a girar sobre sí mismos.
4. Si tu bebé está en su babineto, silla o moisés nunca lo coloques en escaleras, camas o sitios elevados, ni siquiera por un segundo, siempre en el piso, y asegúralo con el cinto de la silla.

5. Usa correas de seguridad en el cochecito o carriola.
6. Instala puertas de seguridad en escaleras y accesos a zonas peligrosas.
7. Nunca dejes el barandal de protección de su cuna abierto mientras tu bebé esté en ella.
8. Evita andaderas. Se ha reportado una alta incidencia de golpes en la cara y cabeza a causa de volteos y caídas en estos aparatos.
9. Asigna en tu casa una zona de seguridad solo para tu bebé, observa y elimina todo tipo de objetos o situaciones que lo pongan en riesgo. Te recomiendo que gatees por toda tu casa y observa todo lo que tienes a tu alcance, pues eso es lo que verá tu peque, elimina aquello que pueda comprometer su integridad, salud y vida.

Para niños de 1 a 3 años

10. Asegura los muebles y espejos de cuerpo completo a la pared para evitar que se vuelquen, o se desprendan.
11. Cubre las esquinas afiladas de muebles con protectores.
12. Mantén el piso libre de obstáculos y juguetes.
13. Usa alfombras o material antideslizante en el baño y debajo de su tina (no lo dejes solo), así como en áreas resbaladizas.
14. Instala barreras de seguridad en ventanas que estén a más de 1 metro del suelo.
15. Protege siempre los balcones y ventanas con barreras seguras, SIN BARRAS HORIZONTALES pues sirven de apoyo

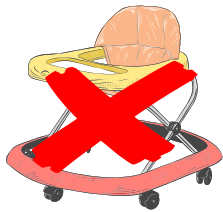


para escalarlos facilitando una caída, y no coloques bancos ni sillas debajo de ventanas o barandales.

16. Al asear el piso o loseta, procura que tu bebé no esté descalzo o no esté presente, pues corre el riesgo de resbalar y golpearse.

Tip extra

17. Evita las andaderas también en este rango de edad.



Utiliza algún amortiguador, protector en forma de "C", tope o cierre de seguridad en las puertas, así como protectores de bisagras para evitar machucones de dedos en los peques.

Cuando NO lo colocas en andadera, permites al bebé desarrollar su equilibrio y fuerza muscular de manera natural, lo que fomenta un aprendizaje más seguro y efectivo al caminar.



18. Si está en proceso de dormir de la cuna a la cama, coloca debajo de ella, un tapete o alfombra para amortiguar el golpe en una posible caída, o bien, prefiere un colchón a nivel del piso. Para dormir, no utilices protectores de cabeza. Puedes utilizar en su lugar barandillas ajustables para evitar caídas durante el sueño.

19. Para los traslados, utiliza siempre en el automóvil una silla adecuada según su peso y talla, y úsala a contra marcha el mayor tiempo posible.

20. A cualquier edad, colócale un casco antes de andar en triciclo o bicicleta.

Para niños de 3 a 5 años

21. Enseña a tu peque a subir y bajar escaleras correctamente, siempre con supervisión.
22. Mantén cerradas las puertas de áreas peligrosas como el sótano o el ático.
23. Asegúrate de que los juegos del patio estén bien anclados y tengan superficies amortiguadoras debajo.
24. Enséñale a no correr dentro de la casa.
25. Supervisa siempre las actividades de juego, especialmente al aire libre, nunca los dejes solos.

Medidas generales para todas las edades

26. Mantén una buena iluminación en toda la casa.
27. Asegúrate de que las alfombras estén bien fijadas al piso.
28. Guarda objetos pesados en estantes bajos.
29. Mantén los pasillos y zonas de paso libres de obstáculos.
30. Elige, en el supermercado, un carrito con sillita infantil con arnés.



Un tip muy útil en caso de que un niño se corte en caso de que un niño se corte con un cuchillo o tijeras es lavar la herida con agua y jabón suave para eliminar cualquier suciedad o bacteria, y luego aplicar presión con un paño limpio o una gasa estéril para detener el sangrado. Si la herida es profunda o el sangrado no se detiene, es importante buscar atención médica de inmediato. Mantén la calma y tranquiliza al niño mientras tomas estas medidas.

Qué hacer en caso de golpes

A pesar de todas las precauciones, los accidentes pueden ocurrir. Es vital saber cómo actuar en caso de que un bebé o niño sufra un golpe. Aquí te presentamos una guía de acción:

Evaluación inicial

1. Mantén la calma: Tu tranquilidad ayudará al niño a sentirse seguro.
2. Evalúa la situación: Observa si el niño está consciente y responde.
3. Comprueba la respiración y el pulso.

Acciones según la gravedad del golpe

- Golpes leves (sin pérdida de conciencia)
4. Aplica frío local con una compresa o bolsa de hielo envuelta en un paño.
 5. Observa al niño durante las siguientes horas en busca de síntomas inusuales.
 6. Si es en la cabeza, es importante evaluar la gravedad del golpe.
- Golpes moderados
7. No muevas al niño si sospechas una lesión en la columna o el cuello.
 8. Llama inmediatamente a emergencias 911. Al final de la guía encontrarás los números de emergencia en México.
 9. Si hay sangrado, aplica presión directa con un paño limpio.

[Toca AQUÍ para saber si debo o no dejar dormir al bebé si se ha golpeado en la cabeza](#)



10. Si el niño está inconsciente pero respira, colócalo en posición lateral de seguridad.

Signos de alarma


Busca atención médica inmediata si observas:

- Pérdida de conciencia, aunque sea breve
- Vómitos persistentes
- Dolor de cabeza intenso o que empeora
- Convulsiones
- Dificultad para despertar o mantenerse despierto
- Sangrado o líquido claro por la nariz o los oídos
- Pupilas de diferente tamaño
- Dificultad para caminar o hablar
- Confusión o comportamiento inusual

Seguimiento

- Observa al niño durante las 24-48 horas siguientes al golpe.
- Consulta con tu pediatra, incluso si el golpe parece leve, para una evaluación completa.

Recuerda: La prevención es fundamental, pero estar preparado para actuar en caso de accidente puede marcar la diferencia.

Considera tomar un curso de primeros auxilios pediátricos para estar mejor preparado ante estas situaciones. Acércate a los centros de Protección Civil o Cruz Roja de tu comunidad, o bien, puedes consultar el temario del curso en línea **“Primeros auxilios para bebés y niños”** tocando [AQUI](#) 

Es muy importante estar capacitados para saber actuar ante un evento que ponga en riesgo la vida de tu hijo (a).

¿Debo dejar dormir a mi hija (o) si se ha golpeado en la cabeza?

La idea de que no se debe dejar dormir a un niño después de golpearse en la cabeza proviene del temor a que un traumatismo craneal pueda causar una conmoción cerebral o lesión más grave, y que el sueño pudiera enmascarar los síntomas.

Sin embargo, los expertos en salud han aclarado que no siempre es necesario evitar que un niño duerma después de un golpe en la cabeza. Lo importante es evaluar la gravedad del golpe. Aquí están las pautas más comunes según la evidencia médica actual:



1. Observación de síntomas: Después de un golpe en la cabeza, es crucial observar al niño durante varias horas. Síntomas como vómitos, confusión, somnolencia extrema, dolor de cabeza intenso, pérdida de conocimiento, convulsiones o cambios en el comportamiento indican la necesidad de atención médica inmediata.

2. Dormir después del golpe: Si el golpe fue leve y el niño parece estar bien (sin los síntomas mencionados), es generalmente seguro que duerma. De hecho, el sueño es una respuesta natural del cuerpo a una lesión menor y no es peligroso en sí mismo. Sin embargo, es recomendable que los padres revisen al niño periódicamente durante el sueño para asegurarse de que puede despertarse fácilmente y no muestra signos de empeoramiento.

3. Conmociones cerebrales: Si hay sospecha de una conmoción cerebral, lo más importante es consultar a un médico para recibir orientación. El médico podría recomendar observaciones específicas durante las primeras horas, como despertar al niño a intervalos regulares para comprobar su estado.

[Consulta las fuentes en la siguiente página.](#)

En resumen, no hay evidencia que sugiera que el sueño en sí mismo sea dañino después de un golpe en la cabeza leve. Lo crítico es la evaluación y el seguimiento de los síntomas antes y después de que el niño duerma. En caso de duda, siempre es mejor consultar a un profesional de la salud.

Referencias.

American Academy of Pediatrics (AAP): La AAP sugiere que los padres pueden permitir que los niños duerman después de un golpe leve en la cabeza, siempre que el niño esté despierto y sin síntomas preocupantes durante las primeras horas tras el golpe.

- Fuente: American Academy of Pediatrics. (2022). Head Injuries in Children. HealthyChildren.org. Recuperado de [healthychildren.org](https://www.healthychildren.org).

Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS): El IMSS aconseja observar al niño tras un golpe en la cabeza para detectar signos de alarma como vómitos, somnolencia extrema o convulsiones. Si el golpe es leve y el niño está estable, puede dormir, pero se recomienda revisarlo periódicamente.

Fuente: Instituto Mexicano del Seguro Social. (2022). Primeros auxilios: golpes en la cabeza en niños. IMSS. Recuperado de [imss.gob.mx](https://www.imss.gob.mx).

Mayo Clinic: En su guía sobre conmociones cerebrales, la Clínica Mayo explica que, si el niño no muestra síntomas preocupantes como vómitos, somnolencia extrema o confusión, es seguro dejar que duerma. Sin embargo, se recomienda la supervisión y observación durante las primeras horas tras el golpe.

- Fuente: Mayo Clinic Staff. (2022). Concussion - Symptoms and causes. Mayo Clinic. Recuperado de [mayoclinic.org](https://www.mayoclinic.org).

Ministerio de Salud de Chile: El Ministerio de Salud de Chile señala que después de un traumatismo craneal leve en niños, es importante vigilar su comportamiento por algunas horas. Si no hay síntomas graves, como pérdida de conciencia o confusión, el niño puede dormir, pero debe ser controlado.

Fuente: Ministerio de Salud de Chile. (2021). Manejo de Traumatismos Craneoencefálicos Leves en Niños. Recuperado de [minsal.cl](https://www.minsal.cl).

Checklist Prevención de *Golpes y traumatismos*

- Instalar protectores de esquinas y bordes en muebles bajos como mesas y estantes.
- Asegurar muebles y estanterías a la pared para evitar que se vuelquen si el niño trepa.
- Usar puertas de seguridad en la parte superior e inferior de escaleras para evitar caídas.
- Colocar alfombras antideslizantes en el baño, cocina y áreas de juego.
- Mantener las ventanas cerradas o con seguros.
- Colocar barandales de protección en cunas y camas para evitar caídas.
- Nunca dejar al bebé solo en superficies altas, como cambiadores, camas o sofás.
- Usar cinturones de seguridad en sillas altas, carriolas y asientos de coche.
- Enseñar a los niños a no correr con objetos en la boca o en las manos.
- Evitar dejar juguetes pequeños y objetos peligrosos en el piso y escaleras.
- Mantener el suelo libre de cables de todo tipo, zapatos o alfombras sueltas.
- Supervisar a los niños constantemente cuando jueguen al aire libre (parque o jardines).
- Enseñarles a bajar las escaleras con cuidado y siempre con supervisión en los más pequeños.
- Asegurarse de que el equipo de juegos esté en buen estado y adecuado para su edad.
- Evitar el uso de andaderas para bebés, ya que aumentan el riesgo de caídas graves.
- Proteger las áreas de juego con superficies suaves, como colchonetas, pisos de goma o césped, para amortiguar caídas.

2. Asfixia y atragantamiento



Asfixia y atragantamiento

Las asfixias y atragantamientos son accidentes que pueden tener consecuencias graves e incluso fatales en bebés y niños pequeños. Es importante entender estos dos conceptos.

Asfixia: Es la falta de oxígeno en el cuerpo, generalmente causada por la obstrucción de las vías respiratorias o la falta de oxígeno en el ambiente.

Atragantamiento: Ocurre cuando un objeto o alimento bloquea las vías respiratorias, impidiendo la entrada de aire a los pulmones.

La buena noticia es que la mayoría de estos incidentes pueden prevenirse con las medidas adecuadas y la supervisión constante.

Exploraremos las medidas preventivas para evitar asfixias y atragantamientos, Qué hacer en caso de asfixia o atragantamiento y las recomendaciones de asociaciones pediátricas basadas en evidencia.

Conocer estos aspectos es fundamental para crear un entorno seguro para nuestros pequeños y estar preparados para actuar en caso de emergencia. ¡Comencemos a aprender cómo proteger a nuestros hijos de estos peligros!



Medidas preventivas



Para bebés recién nacidos hasta 1 año

1. Coloca al bebé boca arriba para dormir (posición supina).
2. Mantén la cuna libre de almohadas, juguetes blandos y ropa de cama suelta.
3. Verifica que ningún trozo de papel, tela o toallita húmeda haya quedado en su cuna antes de dormirlo.
4. Usa chupetes de una sola pieza y sin cordones.
5. Evita el uso de collares, incluyendo los de dentición.
6. Mantén los cordones de persianas y cortinas fuera del alcance del bebé ya que pueden representar un riesgo de estrangulamiento.
7. Proporciona juguetes de acuerdo a su edad, que no tengan piezas desmontables y que sus baterías de botón se aseguren con tornillos, pues si estas se ingieren pueden además, dañarlos internamente de forma severa. Los juguetes deben tener una dimensión mínima de 5 cm (una pelota de golf) para que no entren en su boca.
8. Si tiene hermanos mayores, inculca a que no dejen piezas pequeñas al alcance del bebé y revisa frecuentemente la integridad de sus juguetes.
9. Aparta todas las bolsas de plástico.
10. Evita el uso de almohadas moldeadoras de cabeza para bebés, ya que pueden aumentar el riesgo de asfixia.



Para niños de 1 a 3 años

11. Nunca dejes a su alcance piezas pequeñas (pilas de botón, objetos punzo cortantes, medicamentos, globos, monedas, canicas) y resguárdalas en envases herméticos.
12. Corta los alimentos en trozos pequeños (no mayores de 1,5 cm), principalmente las uvas, fresas, las salchichas botaneras, zanahorias y semillas como los cacahuates (maní) y nueces.
13. Supervisa siempre a los niños mientras comen y no permitas que ríen, corran o jueguen mientras comen.
14. Enseña a masticar bien y a no hablar con la boca llena.

Para niños en edad preescolar de 3 a 5 años

15. Continúa cortando los alimentos en trozos pequeños.
16. Enseña a no correr o jugar mientras comen.
17. Evita juguetes con piezas pequeñas que puedan desprenderse.
18. Supervisa el uso de globos y deséchalos después de su uso.
19. Enseña a no poner objetos extraños en la boca, nariz u oídos.


Medidas generales para todas las edades

20. Supervisa siempre a los niños durante el baño y alrededor de cualquier fuente estanque de agua, cisterna o alberca, incluso si es poco profunda.
21. Mantén un ambiente libre de humo de tabaco.
22. Asegúrate de que los juguetes sean apropiados para la edad del niño.

23. Mantén los números de emergencia a mano.
 24. Instala detectores de humo en el hogar y revísalos regularmente.
 25. Evita el uso de andadores, ya que pueden aumentar el riesgo de caídas y acceso a áreas peligrosas.
 26. Mantén una buena iluminación en toda la casa para reducir el riesgo de accidentes.
 27. Enseña a los niños mayores sobre los peligros de poner objetos pequeños en la boca, nariz u oídos.
 28. Considera tomar un curso de primeros auxilios y Reanimación Cardiopulmonar pediátrica (RCP) para estar preparado en caso de emergencia.
- Recuerda que la prevención y la supervisión constante son clave para mantener a los niños seguros.

La RCP o Reanimación Cardiopulmonar es una técnica de emergencia utilizada para salvar vidas cuando una persona ha dejado de respirar o su corazón ha dejado de latir. Se usa comúnmente en situaciones como ataques cardíacos, ahogamientos o accidentes graves.



Puedes acercarte al centro de Protección Civil o Cruz Roja de tu comunidad para aprender esta técnica, o bien, puedes aprenderla en este curso en línea. Toca [AQUÍ](#)  Al estar bien capacitada (o) puedes salvar la vida de tu hijo (a).

Qué hacer en caso de asfixia o atragantamiento

Saber cómo actuar en caso de asfixia o atragantamiento puede salvar la vida de un niño. Si bien, siempre es recomendable tomar la capacitación adecuada, aquí te presentamos de manera muy general los pasos a seguir.

Bebés menores de un año

1. Evalúa la situación: Si el bebé está tosiendo con fuerza, anímalo a seguir tosiendo. La tos es la mejor manera de expulsar el objeto.

2. Si el bebé no puede toser, llorar o respirar:

- Coloca al bebé boca abajo: Sostén al bebé sobre tu antebrazo, con la cabeza más baja que el cuerpo, apoyando su cabeza y cuello con tu mano.

- Da golpes en la espalda: Con la base de tu otra mano, da hasta cinco golpes firmes entre los omóplatos del bebé.

3. Si el objeto no sale:

- Voltea al bebé: Colócalo boca arriba sobre tu antebrazo o en una superficie firme.

- Realiza compresiones torácicas: Usa dos dedos para presionar el centro del pecho (justo debajo de la línea de los pezones) cinco veces de manera rápida.

Repite los pasos: Alterna entre cinco golpes en la espalda y cinco compresiones torácicas hasta que el objeto salga o el bebé comience a respirar o toser. Si el bebé pierde el conocimiento: Llama a emergencias de inmediato y comienza RCP (reanimación cardiopulmonar).



Niños de 1 a 5 años.

4. Evalúa la situación: Si el niño está tosiendo, anímalo a seguir haciéndolo.

5. Si el niño no puede toser, hablar o respirar:

- Realiza maniobras de Heimlich (compresiones abdominales): Colócate detrás del niño, ajústate a su altura, rodea su cintura con tus brazos, coloca un puño justo por encima del ombligo y cubre el puño con tu otra mano.



- Empuja hacia adentro y arriba: Realiza movimientos rápidos y firmes.

6. Repite la maniobra: Continúa hasta que el objeto sea expulsado o el niño pueda respirar.

7. Si el niño pierde el conocimiento: Llama a emergencias y comienza RCP.



Consejos generales:

Mantén la calma: Tu tranquilidad ayudará a que el niño también se sienta más seguro.

Llama a emergencias: Si en cualquier momento te sientes inseguro o el niño no responde, busca ayuda profesional inmediatamente.

Capacitación: Considera tomar un curso de primeros auxilios para estar más preparado. Información [toca AQUÍ](#)

Recuerda que la prevención es clave. Mantén objetos pequeños fuera del alcance de los niños y supervisa las comidas para evitar riesgos de atragantamiento.

Checklist Prevención de *Asfixia y atragantamiento*

- Supervisar siempre a bebés y/o niños durante las comidas.
- Cortar los alimentos en trozos pequeños y masticables (uvas, salchichas, zanahorias o frutas).
- Evitar dar alimentos duros, pegajosos o difíciles de masticar, como nueces, caramelos duros y palomitas de maíz.
- Mantener juguetes pequeños, piezas sueltas y objetos pequeños fuera de su alcance.
- Evitar que los bebés jueguen con piezas pequeñas o globos desinflados o rotos.
- Asegurarse de que los juguetes sean apropiados para la edad del niño.
- Prohibir que los niños corran o jueguen mientras comen.
- Enseñar a los niños a sentarse tranquilamente mientras están comiendo.
- Mantener los cordones, cuerdas y cintas fuera del alcance de los bebés y niños pequeños.
- Retirar objetos blandos, almohadas y juguetes grandes de las cunas para evitar el riesgo de asfixia mientras duermen.
- Asegurarse de que los chupetes estén en buen estado y no se rompan fácilmente.
- Evitar el uso de collares, cadenas o accesorios alrededor del cuello de los bebés.
- Revisar que en el entorno de juego no haya objetos peligrosos que puedan meterse en la boca.
- Prohibir que los niños metan objetos en la boca mientras juegan.
- Evitar el uso de almohadas o protectores de cuna voluminosos que puedan causar asfixia accidental.
- Asegura con candado las cisternas o estanques de agua.

3. Intoxicaciones



Intoxicaciones

Son el conjunto de signos y síntomas resultantes de la ingestión, inhalación (gases tóxicos o vapores de productos químicos) o contacto en piel o en ojos, con una sustancia tóxica que puede causar daño al cuerpo y afectar el funcionamiento de un ser vivo. En el caso de los niños, las intoxicaciones suelen ocurrir por el acceso accidental a productos químicos o de limpieza, medicamentos o plantas tóxicas. Más frecuentes en niños de entre 1 y 4 años que empiezan a alcanzar objetos y abrir envases o que pueden tener contacto con sustancias que causan irritación o quemaduras al contacto con la piel. Elabora una lista con los teléfonos de servicios de emergencia de tu comunidad.



Medidas preventivas



Recién nacido a un año

1. Mantén todos los productos químicos, medicamentos y productos de limpieza fuera de su alcance, preferiblemente en gabinetes cerrados con llave.



2. Asegúrate de que todos los productos estén claramente etiquetados, como los productos de limpieza, medicamentos, retiro de plantas ornamentales tóxicas, productos de jardín (fertilizantes, pesticidas, insecticidas) y nunca los transfieras a envases de alimentos o bebidas o empaques llamativos.



3. Supervisión constante: No dejes al bebé sin supervisión en áreas donde pueda acceder a sustancias peligrosas.

4. Asegúrate de que no haya plantas ornamentales tóxicas al alcance del bebé. Más adelante encontrarás una tabla con las plantas ornamentales más tóxicas que comúnmente se encuentran en casa. [O toca AQUÍ para ver la tabla](#)

5. NUNCA darles infusión de epazote o paico, de orégano, o de anís estrella, son tóxicos que pueden poner en peligro la vida de tu bebé.

[Toca AQUÍ para descargar información complementaria de PLANTAS TÓXICAS PARTE 1. Obtenido del Centro de Información y Asistencia Toxicológica.](#)



[Toca AQUÍ para descargar información complementaria de PLANTAS TÓXICAS PARTE 2. Obtenido del Centro de Información y Asistencia Toxicológica.](#)



[Toca AQUÍ para descargar información complementaria de HONGOS TÓXICOS. Obtenido del Centro de Información y Asistencia Toxicológica.](#)



Para niños de 1 a 3 años

6. Educación temprana: Comienza a enseñarles sobre los peligros de sustancias desconocidas y que no deben ingerir nada sin permiso, además de inculcar a los niños que hay productos de uso exclusivo por adultos y que no todos son juguetes (no subestimes su capacidad de entendimiento).
7. Evita almacenar demasiados artículos químicos de limpieza y opta por productos amigables con el medio ambiente.
8. Utiliza siempre envases a prueba de niños para medicamentos y productos químicos, así como seguros para niños en gabinetes y cajones que contengan productos peligrosos.
9. Revisa regularmente el hogar para identificar y eliminar posibles riesgos de intoxicación.
10. Mantén una vigilancia cercana cuando el niño esté explorando nuevas áreas.

Para niños de 3 a 5 años

11. Enseñanza activa: Explica a los niños qué productos son peligrosos y por qué no deben tocarlos.
12. Nunca llames a los medicamentos "caramelos" ni los compares con ellos para persuadirlos a tomarlos. Supervisa siempre la toma y proporciónalos en un ambiente con suficiente luz (nunca en lugares oscuros). Guárdalos en lugares seguros.
13. Revise la etiqueta cada vez que se administre una medicina a un niño, para asegurarse que es la dosis apropiada.
14. Supervisión en actividades al aire libre: Enséñales a no comer plantas, bayas u hongos que encuentren en el exterior.



Para niños de cualquier edad

15. Verifica y asegúrate que la dosis del medicamento sea la correcta (ml, mg, gotas) y utiliza un dosificador.

16. No automediques a tu peque (hay medicamentos que se aplican basado en peso, no en edad).

17. Si el pequeño se encuentra a cargo de los abuelitos, familiares o amigos en otra casa, haz conciencia de las precauciones que deben tener también para evitar este tipo de accidentes.

18. Comunicación abierta: Hablar con los niños sobre los peligros de consumir sustancias desconocidas.

19. Juguetes y materiales seguros: Asegúrate de que los juguetes y materiales de juego no contengan sustancias tóxicas.



En la siguiente página encontrarás una tabla, que muestra las principales sustancias tóxicas que pueden estar presente en los juguetes.

20. Revisa regularmente el hogar y el área de juego para detectar y eliminar posibles peligros.



Sustancias tóxicas comunes en juguetes o productos infantiles

Sustancia	Descripción	Riesgo	Presente en
Ftalatos	Compuestos utilizados para suavizar plásticos, como el PVC.	Afectan el sistema endocrino, ocasionando problemas hormonales y de desarrollo.	Juguetes de plástico blando (muñecas, pelotas inflables, mordederas).
Plomo	Metal pesado que solía utilizarse en pinturas y otros materiales.	Daño neurológico, problemas de aprendizaje, retraso en el crecimiento.	Pinturas, juguetes metálicos pintados, productos importados.
Bisfenol A (BPA)	Compuesto utilizado para endurecer plásticos en la fabricación de policarbonatos.	Interfiere con el sistema hormonal, provocando alteraciones endocrinas.	Juguetes de plástico duro, biberones, tazas para bebés.
Cadmio	Metal pesado utilizado en la fabricación de ciertos plásticos y en pinturas.	Daño renal, enfermedades óseas, efectos cancerígenos.	Pinturas en juguetes, joyería infantil, algunos plásticos.
Cromo Hexavalente	Compuesto utilizado en procesos de galvanización y como pigmento en pinturas.	Carcinógeno, irritación en la piel, problemas respiratorios, daño a los órganos.	Juguetes metálicos pintados, artículos galvanizados.
Mercurio	Metal pesado tóxico presente en productos electrónicos y juguetes antiguos.	Afecta el desarrollo neurológico, daña el cerebro, hígado y riñones.	Juguetes electrónicos, pilas de botón, termómetros de juguete.
Compuestos Orgánicos Volátiles (COVs)	Gases liberados por productos como plásticos y adhesivos.	Irritación respiratoria, mareos, dolores de cabeza, enfermedades crónicas a largo plazo.	Pegamentos, adhesivos, pinturas, recubrimientos en juguetes.
Amianto (Asbesto)	Material fibroso usado en productos para aislamiento térmico y eléctrico.	Enfermedades respiratorias graves, como asbestosis y cáncer de pulmón.	Juguetes antiguos con componentes térmicos.

Recomendaciones

- Compra juguetes certificados: Busca siempre juguetes con certificaciones de seguridad, como la norma EN 71 (en Europa) o ASTM (en Estados Unidos), que aseguran que los productos han pasado pruebas rigurosas.
- Verifica etiquetas: Asegúrate de que los juguetes no contengan plomo, ftalatos ni BPA. Las etiquetas a veces mencionan "libre de BPA" o "sin ftalatos".
- Revisa juguetes importados: Algunos juguetes importados pueden no cumplir con las normativas de seguridad, especialmente si provienen de países con regulaciones menos estrictas.

En la siguiente página encontrarás una tabla que resume las normas aplicables para la seguridad en juguetes en México, destacando los puntos clave de cada una.

Continúa leyendo para saber qué acciones básicas tomar en caso de intoxicación.

La inhalación de humo se suele relacionar con la intoxicación por monóxido de carbono (CO), que es un gas tóxico, inodoro e incoloro. En general, los síntomas de las exposiciones leves son dolor de cabeza, náuseas, vómitos y sensación de mareo. La exposición moderada causa también taquicardia, debilidad y ataxia. Las formas más graves producen síncope, convulsiones, hipotensión, coma y muerte.

Resumen de la normatividad mexicana respecto a la seguridad de juguetes

NOM	Descripción	Objetivo
NOM-252-SSA1-2011	Regula los límites permisibles de plomo en los materiales de recubrimiento de juguetes y accesorios.	Proteger la salud de los niños, reduciendo su exposición al plomo y evitando daños a largo plazo.
NOM-015-SCFI-2007	Establece los requisitos mínimos de seguridad en términos de diseño, construcción y materiales en los juguetes, así como las pruebas necesarias.	Garantizar la seguridad de los juguetes para prevenir riesgos físicos como asfixia, cortes y golpes.
NOM-161-SCFI-2003	Regula la fabricación y comercialización de bicicletas para niños, garantizando requisitos de seguridad en resistencia, estabilidad y frenado.	Asegurar que las bicicletas infantiles sean seguras y minimizar el riesgo de accidentes.
NOM-004-SCFI-2006	Regula el etiquetado de productos y juguetes, exigiendo advertencias de seguridad, instrucciones de uso y la información necesaria para el consumidor.	Proporcionar información clara y suficiente sobre el uso seguro de los juguetes a padres y cuidadores.
NOM-225-SCFI-2019	Establece los requisitos de seguridad para juguetes eléctricos, incluyendo protección contra sobrecalentamientos, aislamiento eléctrico y materiales no inflamables.	Evitar riesgos eléctricos y de sobrecalentamiento asociados con juguetes eléctricos.

Plantas ornamentales tóxicas más comunes

Nombre de la Planta	Nombre Común (México y Latinoamérica)	Grado de Toxicidad
Belladona (<i>Atropa belladonna</i>)	Belladona	Muy Alto
Oleandro (<i>Nerium oleander</i>)	Adelfa, Oleandro	Muy Alto
Tejo (<i>Taxus baccata</i>)	Tejo	Muy Alto
Azalea (<i>Rhododendron</i> spp.)	Azalea	Alto
Narciso (<i>Narcissus</i> spp.)	Narciso, Junquillo	Alto
Acebo (<i>Ilex aquifolium</i>)	Acebo	Alto
Ciclamen (<i>Cyclamen</i> spp.)	Ciclamen	Alto
Dieffenbachia	Lotería, Amoena, Caña del Mudo	Moderado a Alto
Caladio (<i>Caladium</i> spp.)	Caladio, Corazón de Jesús	Moderado a Alto
Hiedra Inglesa (<i>Hedera helix</i>)	Hiedra, Hiedra Común	Moderado
Filodendro (<i>Philodendron</i>)	Filodendro	Moderado
Potos (<i>Epipremnum aureum</i>)	Potos, Potus	Moderado
Lirio de la Paz (<i>Spathiphyllum</i>)	Lirio de la Paz	Moderado
Croton (<i>Codiaeum variegatum</i>)	Croton	Moderado
Hortensia (<i>Hydrangea macrophylla</i>)	Hortensia	Moderado
Ficus (<i>Ficus elastica</i> , <i>Ficus benjamina</i>)	Ficus, Árbol del Caucho	Moderado
Flor de Pascua (<i>Euphorbia pulcherrima</i>)	Flor de Nochebuena, Pascua	Bajo a Moderado
Crisantemo (<i>Chrysanthemum</i> spp.)	Crisantemo	Bajo a Moderado
Pata de Elefante (<i>Beaucarnea recurvata</i>)	Palma Pata de Elefante	Bajo a Nulo

Explicación del orden de toxicidad.

Muy Alto: Plantas extremadamente peligrosas. Pueden causar síntomas graves, como arritmias cardíacas, parálisis o la muerte, incluso en pequeñas cantidades.

Alto: Plantas peligrosas que pueden causar síntomas severos, como vómitos, diarrea, problemas respiratorios, e incluso la muerte en casos graves.

Moderado a Alto: Plantas que pueden causar síntomas importantes, como irritación severa, vómitos, diarrea o dificultades para respirar.

Moderado: Pueden causar irritación oral o malestar gastrointestinal, pero rara vez son fatales.

Bajo a Moderado: Pueden causar irritación o malestar leve, pero normalmente no representan un peligro significativo para la vida.

Bajo a Nulo: Seguras en general, con bajo o nulo riesgo de toxicidad.

La tabla anterior te da una visión clara de las plantas según su nivel de toxicidad para que puedas priorizar qué retirar o mantener fuera del alcance de los bebés y niños pequeños.

Tip extra.
Puedes utilizar alguna de las siguientes apps.

PlantSnap

Utiliza inteligencia artificial para identificar plantas a través de una foto específica de la planta. Su base de datos es muy extensa, con más de 500,000 especies de plantas y hongos, y proporciona información de cada planta, con posibles toxicidad. La versión gratuita tiene un límite de identificaciones diarias, pero la versión Pro elimina anuncios y permite identificaciones ilimitadas.

PictureThis

Muy precisa en la identificación de plantas mediante inteligencia artificial, ofrece consejos de jardinería y control de plagas, y puede diagnosticar enfermedades en las plantas. La app proporciona información detallada sobre la toxicidad de las plantas identificadas. Aunque tiene un costo de suscripción anual, ofrece una prueba gratuita de 7 días

iNaturalist

Desarrollada en colaboración con la National Geographic Society y la California Academy of Sciences, iNaturalist es una excelente opción para identificar plantas, animales y hongos. Además de la identificación, ofrece información sobre la toxicidad de las plantas y participa en proyectos de ciencia ciudadana.

Qué hacer en caso de intoxicaciones

Ante una intoxicación, el paso más importante es trasladar al niño a un servicio de emergencia o centro de toxicología inmediatamente para recibir atención específica. Las acciones varían según la sustancia involucrada y la vía de intoxicación, por lo que es vital **no tomar medidas por cuenta propia sin consultar a un profesional**. Toma en cuenta que hay sustancias que comienzan a hacer efectos varias horas después de haberlas ingerido. Sin embargo, puedes guiarte con estas acciones aptas para todas las edades. Pero por favor, lo más adecuado es **recibir atención médica inmediata**.

1. Si es posible, determina qué sustancia ha ingerido el bebé o niño y mantén el envase o empaque a la mano para facilitar la identificación al contactar o trasladarlo a los servicios de emergencia.
2. No induzcas el vómito, a menos que lo indique un profesional de la salud, ya que algunas sustancias pueden causar más daño al regresar por el esófago.
3. Evalúa si el niño está consciente o inconsciente. Observa si presenta síntomas como dificultad para respirar, vómitos, convulsiones, irritación en la piel o enrojecimiento en los ojos. Mantén la calma y no le des nada de comer o beber a menos que lo indique un profesional.
4. Contacta inmediatamente a los servicios de emergencia o al centro de toxicología local. Al llamar, proporciona la mayor cantidad de detalles posibles, incluyendo la edad del niño, la sustancia involucrada, la cantidad ingerida (si es conocida) y los síntomas que presenta. Recuerda que lo mejor es trasladarlo a los

servicios de emergencia más cercano.

5. Sigue las instrucciones proporcionadas por los profesionales de salud o el centro de toxicología.

6. En caso de ingestión de sustancias tóxicas, **no provoques el vómito, a menos que lo recomiende un profesional.** Si el niño ingirió una sustancia corrosiva (lejía, detergentes, ácidos), no le des agua ni ningún líquido hasta recibir instrucciones de un médico. En camino al hospital, si el profesional lo recomienda, podría indicarte que le des agua o leche en pequeñas cantidades para diluir la sustancia en algunos casos, pero esto **solo si lo indican.**

7. En caso de Inhalación de gases tóxicos, lleva al niño (a) inmediatamente a un lugar con aire fresco y ventilación adecuada. Evita que continúe inhalando el gas. No permitas que el niño se acueste si está consciente; mantenlo sentado para facilitar la respiración.

8. Contacto con la piel o los ojos: Lava la piel u ojos con abundante agua tibia durante 15 minutos. Si la sustancia es un polvo, primero cepilla el exceso antes de aplicar agua. No apliques cremas, ungüentos o medicamentos tópicos sin consultar a un médico.

9. Ingestión de productos venenosos (medicamentos, pesticidas). Consulta a un centro de toxicología o un servicio de emergencias. Si el niño está consciente, podría indicarse la administración de carbón activado, **pero solo bajo indicación médica.**

10. En caso de ingestión de planta tóxica o venenosa:

- Retira cualquier resto de la planta de la boca. Puedes usar una toallita húmeda o tus dedos (asegúrate de lavarte las manos antes). Cuida de no introducirlo más. No intentes provocar el vómito a menos que un profesional de la salud te lo indique.

- Enjuaga la boca del niño con agua limpia para eliminar cualquier residuo de la planta. No le des grandes cantidades de agua o leche a menos que te lo recomienden un profesional.
- Trata de identificar la planta que fue ingerida. Si es posible, conserva una muestra de la planta o toma una foto para mostrar al personal médico o al centro de toxicología. Información importante: Si es conocido el nombre de la planta, proporcióñalo, cualquier descripción puede ser útil.
- Contacta de inmediato a un centro de toxicología o al número de emergencias (911 en México). Describe los síntomas del niño, la cantidad de planta ingerida (si lo sabes) y la descripción de la planta.

11. Presta atención a los síntomas del niño, que pueden incluir vómitos, diarrea, salivación excesiva, irritación en la boca o garganta, dificultad para respirar, letargo, convulsiones, entre otros. Incluso si no se presentan síntomas inmediatos, es fundamental seguir las indicaciones médicas ya que algunas plantas tienen efectos tardíos.

12. Si el niño está inconsciente, colócalo en posición lateral de seguridad (de lado) para evitar la obstrucción de las vías respiratorias en caso de vómito. Si el niño deja de respirar, inicia RCP (Reanimación Cardiopulmonar) inmediatamente y sigue las indicaciones del servicio de emergencias.

13. Tras comunicarte con los servicios de emergencia o al centro de toxicología, sigue sus instrucciones y lleva al niño al hospital.

Aunque el niño parezca mejorar o que los síntomas sean leves o estén ausentes, siempre es importante llevarlo a un hospital para una evaluación médica completa. Algunas intoxicaciones pueden mostrar efectos a largo plazo.



RECUERDA

No administres medicamentos caseros, ni des leche o líquidos a menos que lo indique el personal médico o un profesional en toxicología. Provocar el vómito puede ser peligroso en algunos casos, especialmente si la planta ingerida es corrosiva o irritante. Algunas plantas pueden provocar complicaciones graves a largo plazo.

Plantas con grado de toxicidad de alta a muy alta



Belladona



Oleandro, adelfa



Tejo



Azalea



Narciso



Acebo



Ciclamen



Amoena



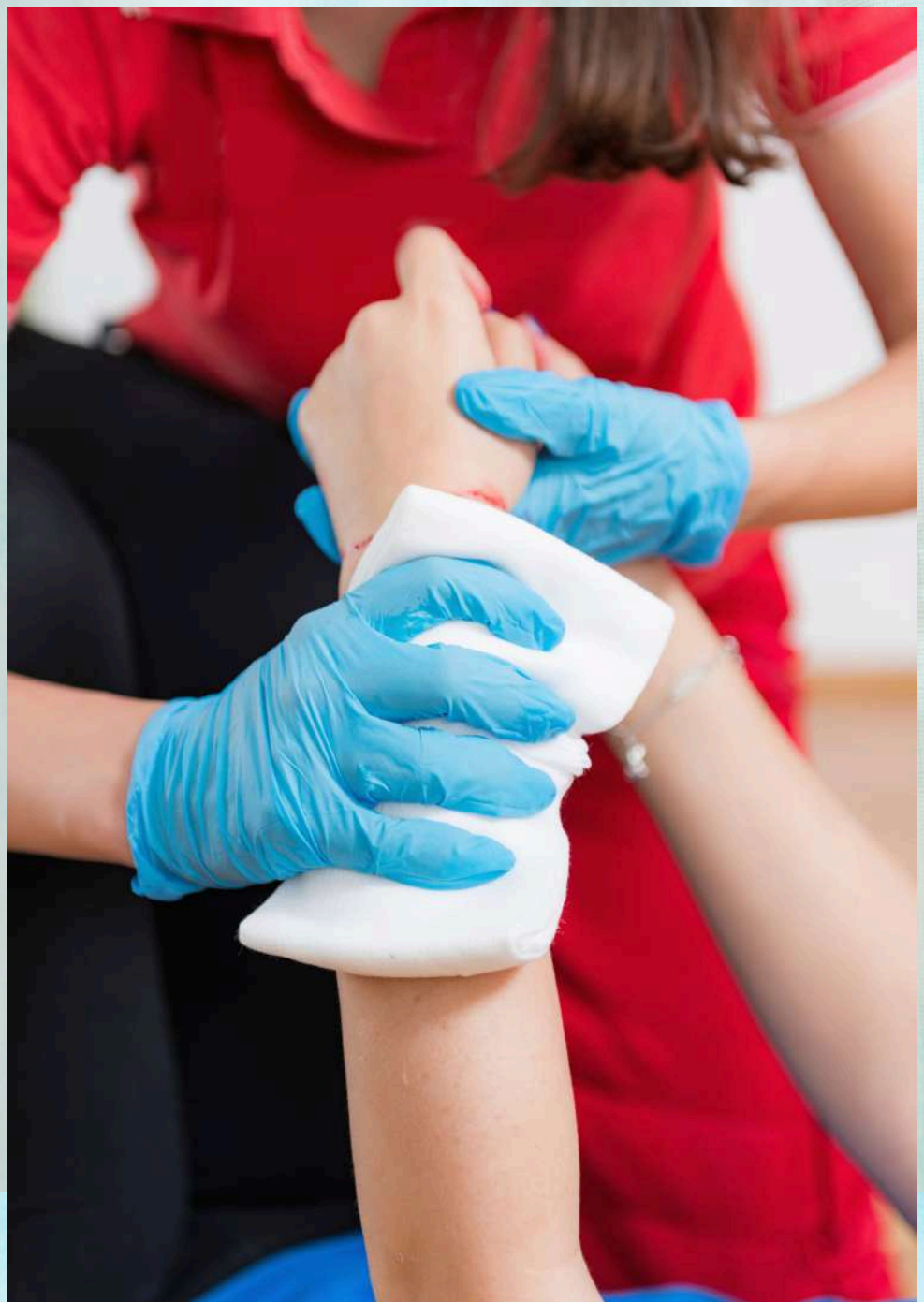
Caladio

Checklist Prevención de *Intoxicaciones*



- Instalar protectores de enchufes en todas las tomas eléctricas al alcance de los niños.
- Mantener los aparatos eléctricos fuera del alcance de los niños, y más en lugares húmedos (baños y cocinas).
- Asegurarse de que los cables estén en buen estado.
- Desconectar los aparatos eléctricos cuando no se estén utilizando.
- Evitar dejar cables expuestos a la vista de los menores.
- Evitar el uso de cables alargadores o extensiones en áreas de juego infantil.
- Proteger con fundas los cables eléctricos visibles o expuestos.
- Asegurarse de que los electrodomésticos en la cocina estén lejos del borde de las encimeras.
- Desenchufar los secadores, planchas, licuadoras y otros aparatos después de usarlos.
- Evitar que los niños jueguen descalzos en áreas húmedas, especialmente si hay aparatos eléctricos cerca.
- Desconectar los electrodomésticos calientes inmediatamente después de usarlos y guárdalos en lugares seguros.
- Enseñar a los niños mayores que los enchufes y cables eléctricos no son juguetes.
- No dejar cargadores de teléfonos, laptops o tablets conectados en áreas donde los niños puedan jugar.
- Evitar dejar al aire libre cualquier equipo electrodoméstico.
- Revisar que los interruptores de seguridad o diferenciales de corriente estén instalados y funcionando correctamente en la casa.

4. Quemaduras



Quemaduras

Son lesiones resultantes del contacto de la piel con líquidos u objetos calientes, fuego, radiación, fricción, electricidad o productos químicos. Suceden más por falta de prevención. Su gravedad depende de la extensión, profundidad y localización del daño. Son frecuentes desde recién nacidos a 4 o 5 años. Las zonas de especial cuidado son: cara, cuello, manos, pies, pliegues de articulaciones, genitales, periné y mamas.

Las quemaduras se clasifican en función de de la profundidad del daño en los tejidos:

1. Quemaduras de Primer Grado (Superficiales)

- Afectan: La capa más externa de la piel (epidermis).
- Síntomas: Enrojecimiento, dolor, inflamación leve, sin ampollas.
- Ejemplo: Quemaduras solares leves.
- Curación: Generalmente en unos días, sin cicatrices.

2. Quemaduras de Segundo Grado (Espesor parcial)

- Afectan: La epidermis y parte de la dermis (capa más profunda de la piel).
- Síntomas: Ampollas, enrojecimiento, dolor intenso, inflamación.
- Ejemplo: Quemaduras con líquidos calientes o superficies calientes.
- Curación: Pueden tardar semanas y pueden dejar cicatrices.

3. Quemaduras de Tercer Grado (Espesor total)

- Afectan: Todas las capas de la piel, y en algunos casos, tejidos más profundos como músculos o huesos.
- Síntomas: La zona quemada puede parecer blanca o carbonizada, pérdida de sensación debido al daño en los nervios.
- Ejemplo: Incendios, contacto prolongado con objetos calientes.
- Curación: Requiere atención médica urgente y a menudo injertos de piel; pueden quedar cicatrices permanentes.

1. Quemaduras de Cuarto Grado

- Afectan: Todas las capas de la piel, tejidos subcutáneos, músculos e incluso huesos.
- Síntomas: Destrucción total del área afectada, posible necrosis de tejidos.
- Ejemplo: Exposición severa a llamas o electricidad de alto voltaje.
- Curación: Requiere cirugía reconstructiva y puede tener secuelas graves.



Medidas preventivas



Para bebés recién nacido a un año

1. Evita que los peques estén en la cocina mientras la estufa esté encendida y supervísalos en todo momento.
2. Gira los mangos de sartenes y ollas, de manera que no sobresalgan de la estufa ni de los muebles de la cocina.
3. No sostengas a tu bebé mientras ingieres bebidas o alimentos calientes.

4. Coloca barreras o puertas de seguridad en las entradas a la cocina para evitar el acceso.
5. Antes de alimentar a tu bebé asegúrate de que los biberones o recipientes para comida no estén demasiado calientes.
6. Calienta sus biberones en calentadores o en "baño María", nunca en microondas, y corrobora su temperatura colocando una gotita en la parte interna de la muñeca de tu mano.
7. Evita dejar tazas de café, té o sopas calientes cerca del borde de las mesas o en áreas accesibles al bebé.
8. En el baño, primero llena la tina con agua fría, entíbilala después con agua caliente y mézclala para uniformizar la temperatura.
9. Controla la temperatura del agua antes de bañar al bebé, asegurándose de que esté tibia, no caliente (máximo 37°C). Utiliza preferentemente un termómetro de baño, o bien, usa tu codo para identificar qué tan caliente está.
10. Guarda productos de limpieza y otros químicos fuera del alcance del bebé, en gabinetes altos o cerrados con seguro.
11. Evita la exposición directa al sol; vístelo con ropa protectora y mantén al bebé en la sombra durante paseos al aire libre.

Para niños de 1 a 3 años

12. Utiliza las hornillas traseras de la estufa y voltea los mangos de las sartenes hacia adentro para evitar que el niño los alcance.
13. Estabiliza mesa y muebles que contengan alimentos y bebidas calientes, y evita el uso de manteles que los niños puedan jalar.
14. Asegúrate de que las comidas y bebidas del niño se enfríen adecuadamente antes de servírselas.
15. Utiliza hervidores eléctricos solo en la cocina, de cable corto, que no sobresalga de la mesa, que la tapa tenga seguro y no dejes el agua caliente dentro.

16. Guarda los productos químicos, de limpieza, cosméticos y productos farmacéuticos en gabinetes altos y cerrados con seguros a prueba de niños.
17. Supervisar de cerca al niño en todo momento durante el baño y controla la temperatura del agua.
18. Aplica protector solar adecuado para niños cuando estén al aire libre.
19. Colócale sombreros y ropa ligera pero protectora durante las salidas.
20. Ubica el calefactor lejos de las áreas de juego de los niños y no coloques ropa u otros objetos sobre ellos.
21. Enséñales que los calefactores no se tocan aun estando fríos.

Para niños mayores de 3 años

22. Nunca dejes a los chiquitos solos frente a parrilladas o fogones.
23. Nunca utilices la plancha de ropa ni del cabello en presencia de tus hijos y resguárdalas en lugares altos y seguros.
24. Evita fumar cerca o en presencia de los niños, además de ser muy perjudicial la inhalación del humo, corren riesgo de quemarse con la ceniza, los encendedores o fósforos.
25. Colócales bloqueador solar con factor de protección solar de 50, 30 minutos antes de la exposición y evita exponerlos en horas con mayor radiación (Aleja, Bloquea y Cubre).
26. No enciendas velas o sirios mientras tus pequeños estén en casa.
27. Almacena fuera de su alcance, todos los productos químicos, en zonas altas y con llave.
28. Enseña al niño las reglas de seguridad en la cocina, como no tocar el horno o la estufa, y mantenerse alejado de las superficies calientes.

29. Continúa utilizando las hornillas traseras y asegúrate de que el niño no alcance los mangos de las sartenes.
30. Cerciórate de que el niño comprenda que no debe tocar bebidas calientes o alimentos sin supervisión.
31. Mantén las bebidas calientes fuera de las zonas de juego y lejos de las manos curiosas.
32. Continúa guardando productos químicos y de limpieza fuera del alcance y mantener cerrados los gabinetes con seguros.
33. Supervisa de cerca al niño durante el baño, pero también comienza a enseñarles la importancia de la temperatura del agua y cómo regularla en la regadera.
34. Para evitar quemaduras por fricción asegúrate de que el niño use equipo de protección adecuado, como cascos y rodilleras, cuando juegue con bicicletas, patines o similares.

Cada etapa del desarrollo infantil requiere diferentes niveles de supervisión y prevención para evitar quemaduras y lesiones relacionadas. Las estrategias deben ajustarse según las habilidades y el entendimiento del niño, manteniendo siempre un entorno seguro y controlado.



Qué hacer en caso de quemaduras

Encontrarás en esta sección las acciones correctivas básicas en caso de quemaduras. Sin embargo, en cualquier caso, las quemaduras que resulten en ampollas grandes, quemaduras que afectan varias capas de la piel o quemaduras químicas y eléctricas deben ser evaluadas por un profesional médico de inmediato, independientemente de la edad del niño.

Evita el uso de remedios caseros que no estén respaldados por profesionales de la salud, ya que podrían empeorar la situación.

Para recién nacidos a un año

1. Enfriar la zona quemada: Inmediatamente coloca la parte quemada del bebé bajo agua fría corriente durante unos 10 a 15 minutos. El agua debe ser tibia o fresca, nunca helada o con hielo, ya que esto puede causar daño adicional a la piel delicada del bebé.
2. Si no hay acceso a agua corriente, puedes usar compresas frías (pero no heladas).
3. Después de enfriar la quemadura, cubre la zona con una gasa estéril o un paño limpio y seco. Evita utilizar materiales que se adhieran a la piel, como algodón o gasas adhesivas.
5. No apliques cremas, mantequilla, aceites, pasta de dientes u otros remedios caseros en la quemadura.
6. Mantener al bebé cómodo: Trata de calmar al bebé para evitar el llanto excesivo, lo cual podría agravar la situación.
7. No rompas las ampollas si se forman.
8. Buscar atención médica: Siempre busca atención médica inmediata en caso de quemaduras en bebés de esta edad, incluso si parece menor. La piel de los bebés es extremadamente delicada y una quemadura que parezca pequeña puede ser más

grave de lo que parece.

8. Si la quemadura cubre una zona grande o está en la cara, manos, genitales o articulaciones, llama a emergencias o acude al hospital de inmediato.

Para niños de 1 a 3 años

9. Al igual que con los bebés más pequeños, coloca la zona quemada del niño bajo agua tibia o fría corriente durante al menos 10 minutos. No uses hielo ni agua muy fría para evitar el shock térmico.

10. Asegúrate de que el niño esté cómodo durante el proceso de enfriamiento.

11. Cubre la quemadura con una gasa estéril o un paño limpio y seco para proteger la piel de infecciones. No uses vendas adhesivas ni materiales que se adhieran a la quemadura.

12. Evita la aplicación de cremas, ungüentos, aceites o cualquier sustancia en la quemadura.

13. Los niños de esta edad son más inquietos, lo que significa que puedes necesitar más esfuerzo para mantenerlos quietos. Trata de tranquilizarlos hablándoles suavemente y asegurándote de que estén lo más cómodos posible.

14. No revientes las ampollas, ya que esto puede aumentar el riesgo de infección.

15. Llama al médico o busca atención inmediata si la quemadura es de segundo grado o mayor, cubre una superficie considerable del cuerpo, o si está ubicada en áreas sensibles como la cara, las manos, los pies o los genitales. Si es una quemadura menor, como una pequeña escaldadura, puedes observar y tratar en casa, pero ante cualquier duda, es mejor buscar atención médica.

Para niños mayores de 3 años

16. Como con los más pequeños, coloca la zona afectada bajo agua corriente tibia o fría durante unos 10-15 minutos. El enfriamiento temprano reduce el daño a los tejidos. Evita el uso de hielo directamente sobre la piel.

17. Usa un apósito estéril o una gasa limpia y seca para cubrir la quemadura después de enfriarla. Evita las gasas adhesivas, materiales de algodón o productos caseros.
18. En esta edad, los niños pueden ser más conscientes de lo que les ocurre, por lo que es importante explicarles que la quemadura debe mantenerse limpia y cubierta para sanar adecuadamente.
19. Las ampollas no deben reventarse, ya que protegen la piel subyacente y reducen el riesgo de infección.
20. En esta edad, si el dolor es significativo, se puede administrar analgésicos infantiles como paracetamol o ibuprofeno, **según las indicaciones del médico. Sin embargo, nunca administres medicamentos sin consultar antes con un profesional.**
21. Busca atención médica si la quemadura es de segundo o tercer grado, cubre más del 10% del cuerpo o está en áreas sensibles como cara, manos, pies, o genitales.
22. En el caso de quemaduras menores, controla los síntomas en casa, pero si aparecen signos de infección, como aumento de dolor, enrojecimiento o pus, acude al médico.



Evita darle lupas a tus hijos pequeños. El principal riesgo es el daño ocular que puede ocurrir si el niño dirige la lupa hacia fuentes de luz intensa como el sol, pues concentra la luz solar en un punto pequeño, generando calor y potencialmente causando quemaduras en los ojos o incluso daños a la retina. Si por alguna razón requiere una lupa, supervísalo siempre.

Sabemos que por diversas causas, nos vemos en la necesidad de dejar a nuestros bebés al cuidado de alguien más como los abuelitos, familiares o amigos, por lo que es importante hacerles saber la importancia de mantener el espacio seguro en todo momento.

No solo se trata de prevenir quemaduras, sino también de evitar cualquier accidente que pueda poner en riesgo su bienestar.

Esto incluye asegurarse de que no haya objetos peligrosos al alcance, mantener zonas como la cocina o el baño fuera de acceso sin supervisión, y estar siempre atentos a los posibles riesgos en el entorno.



La seguridad debe ser la prioridad para proteger a los más pequeños de cualquier peligro.



- Mantener los mangos de sartenes y ollas hacia adentro, lejos del borde de la estufa.
- Nunca dejar a los niños sin supervisión cerca de la estufa, horno o microondas.
- Usar las parrillas o quemadores traseros siempre que sea posible.
- Mantener líquidos calientes como café, té o sopas lejos del borde de las mesas.
- Verificar que los electrodomésticos calientes (plancha, tostador) estén fuera del alcance de los niños.
- En el baño ajustar la temperatura del calentador de agua a un máximo de 48°C (120°F).
- Siempre probar la temperatura del agua antes de bañar al bebé o niño.
- Instalar tapones de seguridad en los grifos para evitar que los niños los manipulen.
- Nunca dejar a los niños solos en el baño, especialmente si hay agua caliente corriendo.
- Mantener las planchas, rizadoros y secadores de cabello fuera del alcance de los niños cuando estén calientes o en uso.
- Desconectar los electrodomésticos calientes inmediatamente después de usarlos y guárdalos en lugares seguros.
- Almacenar productos químicos (lejía, limpiadores) fuera del alcance de los niños.
- Proteger a los niños de la exposición directa al sol aplicando protector solar y utilizando ropa adecuada.
- Mantener los fósforos, encendedores y velas fuera del alcance de los niños.
- Evitar vestir a los niños con ropa holgada cuando estén cerca de fuentes de calor
- Nunca dejar a los niños solos cerca de fuentes de calor o en áreas con riesgo de quemaduras.

5. Electrocuciones



Electrocuciones

Una electrocución es el paso de la corriente eléctrica a través del cuerpo, el cual funge como conductor debido a la cantidad de fluidos que nos constituyen, por esta razón debemos extremar precauciones.

Pueden provocar a nivel local quemaduras, trombosis, destrucción muscular, y a nivel general paros cardiacos, quemaduras internas y afectaciones neurológicas. Son más frecuentes en bebés que inician con el gateo hasta niños de 4 años.

Si bien, la electrocución también puede causar quemaduras, tiene orígenes, riesgos y medidas de prevención diferentes.

Mientras una quemadura es una lesión en la piel o tejidos causada por el calor, productos químicos, radiación o fricción, una electrocución es una lesión causada por el paso de corriente eléctrica a través del cuerpo, que puede afectar tanto los órganos internos como el sistema nervioso, además de causar quemaduras.

Sigue leyendo para conocer las medidas preventivas.





Medidas preventivas



Las medidas preventivas deben ajustarse según el desarrollo y movilidad de los niños, ya que los más pequeños son más vulnerables a accidentes eléctricos debido a su curiosidad y la falta de comprensión de los riesgos. La supervisión constante y la implementación de dispositivos de seguridad adecuados son esenciales en cada etapa del desarrollo para prevenir electrocuciones.

Para bebés que inician con gateo

1. Instala seguros en los enchufes eléctricos y evita que los peques te vean cuando los manipulas, pues pueden insertar cualquier otro objeto.
2. Nunca dejes conectados cables si no los utilizas, los niños podrían chuparlos o morderlos.
3. Nunca conectes cables en mal estado, ni dejes los cargadores conectados al alcance del bebé.
4. Nunca dejes una lámpara sin foco o bombilla y menos si se encuentra al alcance de tu bebé y mucho menos si está conectada.
5. Asegúrate de que los protectores de los enchufes sean difíciles de remover por el bebé.
6. Nunca coloques cables eléctricos, monitores o aparatos cerca de la cuna o cama del bebé.
7. Mantén los cables eléctricos fuera del alcance del bebé, asegurándolos a lo largo de las paredes o detrás de los muebles.
8. No dejes al bebé solo cerca de fuentes eléctricas, especialmente en habitaciones donde pueda moverse libremente.



Medidas preventivas



Para niños de hasta 3 años

9. Usa cubiertas de seguridad en regletas y extensiones, y ubícalas fuera del alcance de los niños.
10. Mantén los cables eléctricos firmemente fijados a las paredes o bajo protección para evitar que los niños los manipulen o mastiquen.
11. Verifica que los juguetes eléctricos o a baterías sean apropiados para su edad y que no presenten piezas sueltas o cables expuestos.
12. Mantén los aparatos eléctricos lejos del agua y no permitas que los niños jueguen con ellos en áreas húmedas, como baños o cocinas.
13. Revisa periódicamente los electrodomésticos y cables para asegurarte de que no estén dañados ni representen un riesgo eléctrico.

Para niños mayores de 3 años

14. Enseña a los niños el peligro que representa insertar objetos en enchufes o manipular cables eléctricos.
15. Instala puertas de seguridad o cerraduras en habitaciones con alto riesgo de exposición eléctrica, como la cocina o el garaje.
16. No permitas que los niños jueguen con cargadores de teléfonos, computadoras o cualquier otro dispositivo conectado a la corriente.
17. Asegúrate de que los niños solo usen dispositivos eléctricos bajo la supervisión de un adulto y en un entorno seguro.

18. Apaga y desconecta aparatos como planchas y secadores de cabello después de su uso y mantenlos fuera del alcance de los niños.

Medidas generales

19. Evita que ande descalzo en el baño, pues con los pies húmedos puede tocar algún aparato eléctrico y nunca coloques estos aparatos cerca de su tina o bañera.

20. Evita los conectores múltiples en el mismo enchufe o tomacorriente.

21. Nunca improvises conexiones, utiliza siempre extensiones eléctricas seguras.

22. Nunca dejes una lámpara sin foco o bombilla y menos si se encuentra al alcance de tu bebé y mucho menos si está conectada.

23. En Navidad, evita que tus hijos jueguen con las luces, mantenlas fuera de su alcance.



⚡ ¿Qué puede pasar si un niño anda descalzo en un piso húmedo y toca un aparato eléctrico? ⚡

Corre un riesgo muy alto de sufrir una electrocución, porque la humedad en el suelo y el cuerpo descalzo aumentan la conductividad eléctrica, facilitando que la corriente pase a través del cuerpo.

El agua es un excelente conductor de electricidad, y cuando el cuerpo está en contacto con una fuente eléctrica en un entorno húmedo, la electricidad fluye más fácilmente a través del cuerpo. Esto puede causar:

► Contracciones musculares intensas e involuntarias, lo que podría hacer que el niño no pueda soltar el aparato.

► Quemaduras tanto externas como internas en los tejidos del cuerpo.

► Paro cardíaco o respiratorio, pues la electricidad que fluye a través del cuerpo puede interferir con los ritmos del corazón, o afectar el sistema nervioso, llevándolo a un paro respiratorio.

Qué hacer en caso de electrocuciones

En todos los casos, nunca toques al niño si todavía está en contacto con la fuente eléctrica hasta que estés seguro de que no hay riesgo de que tú también recibas una descarga. La rapidez y la calma son cruciales para aumentar las posibilidades de recuperación.

Para recién nacidos a un año

1. Antes de tocar al bebé, apaga o desconecta la fuente eléctrica. Si no es posible, utiliza un objeto no conductor (como madera o plástico secos) para alejar al bebé de la fuente.
2. Evalúa si el bebé está consciente o inconsciente.
3. Si no responde o no respira, llama inmediatamente a los servicios de emergencia (911).
4. Si el bebé no respira, comienza RCP inmediatamente. Haz 30 compresiones torácicas suaves con dos dedos, seguidas de dos respiraciones de rescate.
5. Si el bebé presenta quemaduras, enfría la zona con agua fría, pero no utilices hielo ni untes cremas. Cubre con una gasa o paño limpio y espera la asistencia médica.
6. Continúa monitoreando la respiración y el estado del bebé hasta que llegue la ayuda médica.

Para niños mayores de 1 año

7. Asegúrate de que la fuente eléctrica esté apagada o desconectada antes de acercarte al niño. Si no puedes hacerlo, utiliza un objeto aislante para separarlo de la fuente.
8. Comprueba si el niño está consciente. Si está inconsciente o no respira, llama a emergencias de inmediato (911).
9. Si el niño no respira, comienza RCP inmediatamente. Realiza 30 compresiones torácicas con una o dos manos (según su tamaño), seguidas de dos respiraciones de rescate.

10. Enfría cualquier quemadura visible con agua corriente fría, sin aplicar hielo ni untar cremas. Protege la quemadura con un paño limpio o gasa estéril y evita romper ampollas o aplicar sustancias no recomendadas.

11. Mantén al niño lo más calmado posible mientras esperas a los servicios médicos. Verifica si hay otros síntomas, como mareos, dificultad para respirar o dolor intenso, e infórmalos a los médicos cuando lleguen.

Ejemplos de objetos aislantes para separar a una persona de una fuente de electricidad



Una escoba de madera o un palo seco son opciones comunes. Asegúrate de que la madera no esté mojada o húmeda.

Un objeto de plástico resistente como una silla, una regla o una tapa de bote también puede funcionar, ya que el plástico no conduce electricidad.



Cualquier objeto de goma, como guantes de goma gruesos o una alfombra de goma, es un excelente aislante.

El cartón seco y grueso puede ser una opción temporal si no tienes otra cosa a mano.



Es muy importante asegurarse de que los objetos estén completamente secos y que no tengan partes metálicas, ya que la humedad o el metal podrían conducir electricidad y ponerte en riesgo.

Tip extra

Si tu peque usa tu celular sin complicaciones, aprovecha esta habilidad para salvarte en caso de que a ti o alguno de sus cuidadores les ocurra algún accidente.

En la era digital, los niños pequeños tienen una habilidad innata para manipular dispositivos tecnológicos, como los teléfonos móviles, que puede ser de vital importancia en situaciones de emergencia. Aprovechar esta capacidad temprana no solo fomenta su desarrollo cognitivo y habilidades tecnológicas, sino que también empodera a los niños para actuar con confianza y eficacia en momentos críticos, contribuyendo así a un entorno familiar más seguro y protegido.



En caso de que sus cuidadores, como sus abuelitos, sufran un accidente que les impida solicitar ayuda por ellos mismos, enseñar a los niños a reconocer estas situaciones y usar el teléfono para pedir asistencia es una herramienta invaluable.

Te invito a que explores tu celular y el de sus abuelitos principalmente, para familiarizarte primero con las funciones de emergencia y posteriormente enseñarle a tu hijo cómo pedir ayuda mediante esta función.



Si tu peque aún no puede hablar de forma fluida, en algunos dispositivos existe la función de solicitar ayuda a través de mensajes SMS. Por favor, revísalo.

Añade a tus contactos que puedan acudir a ayudar. Considera agregar una foto de ellos, o asignar elementos gráficos que tu pequeño pueda reconocer y asociar con ellos.

Te sugiero que antes de que inicies con las pruebas, avises a estos contactos para evitar confusiones y falsas alarmas, pues podrían emitirse estas alertas.

Una vez que hayas configurado todo, enséñale a tu hijo los pasos que debe seguir para pedir ayuda. No olvides repasar los pasos con él regularmente para que los mantenga frescos en su memoria. Adecúa la forma de pedir asistencia de acuerdo a su edad y no subestimes su capacidad de entendimiento.

Checklist Prevención de *Electrocuciones*



- Mantener los mangos de sartenes y ollas hacia adentro, lejos del borde de la estufa.
- Nunca dejar a los niños sin supervisión cerca de la estufa, horno o microondas.
- Usar las parrillas o quemadores traseros siempre que sea posible.
- Mantener líquidos calientes como café, té o sopas lejos del borde de las mesas.
- Verificar que los electrodomésticos calientes (plancha, tostador) estén fuera del alcance de los niños.
- En el baño ajustar la temperatura del calentador de agua a un máximo de 48°C (120°F).
- Siempre probar la temperatura del agua antes de bañar al bebé o niño.
- Instalar tapones de seguridad en los grifos para evitar que los niños los manipulen.
- Nunca dejar a los niños solos en el baño, especialmente si hay agua caliente corriendo.
- Mantener las planchas, rizadoros y secadores de cabello fuera del alcance de los niños cuando estén calientes o en uso.
- Desconectar los electrodomésticos calientes inmediatamente después de usarlos y guárdalos en lugares seguros.
- Almacenar productos químicos (lejía, limpiadores) fuera del alcance de los niños.
- Proteger a los niños de la exposición directa al sol aplicando protector solar y utilizando ropa adecuada.
- Mantener los fósforos, encendedores y velas fuera del alcance de los niños.
- Evitar vestir a los niños con ropa holgada cuando estén cerca de fuentes de calor
- Nunca dejar a los niños solos cerca de fuentes de calor o en áreas con riesgo de quemaduras.

Checklist ✓ Prevención de _____



<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

6. Instituciones pediátricas y de salud



Asociaciones pediátricas y de salud reconocidas

Las medidas preventivas que se han mencionado están respaldadas por varias asociaciones pediátricas de renombre. A continuación, se mencionan las características y funciones principales de cada institución.

Academia Mexicana de Pediatría

La Academia Mexicana de Pediatría se dedica al avance del conocimiento pediátrico y la promoción de la salud infantil en México. A través de la investigación, la capacitación y la difusión de información, se enfoca en mejorar la atención médica de niños y adolescentes. Esta institución colabora con otras organizaciones de salud a nivel nacional e internacional para desarrollar iniciativas que beneficien a la niñez mexicana.

Sociedad Mexicana de Pediatría

Esta organización científica agrupa a pediatras de todo México para impulsar la educación continua y la actualización en temas de salud infantil. Su misión es elevar el nivel de la atención pediátrica mediante la investigación, la publicación de estudios, la capacitación de profesionales y la difusión de conocimientos pediátricos en beneficio de la niñez mexicana.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

Los CDC son una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos que tiene como objetivo proteger la salud pública y promover la seguridad a través de la prevención y control de enfermedades, lesiones y discapacidades. Los CDC proporcionan pautas y recursos valiosos sobre la salud infantil, incluidas medidas preventivas contra enfermedades y accidentes en niños.



Secretaría de Salud de México y CENSA (Centro Nacional para la Salud de la Infancia y la Adolescencia).

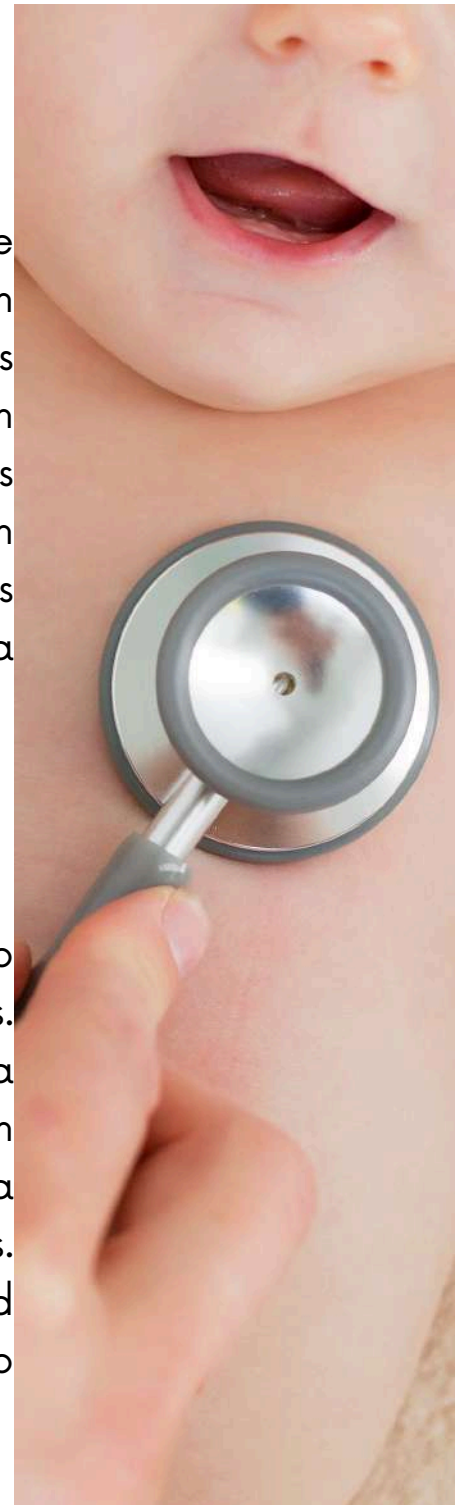
La Secretaría de Salud de México es la autoridad sanitaria que regula y promueve la salud pública en el país. El CENSA, en particular, se enfoca en la salud de los niños y adolescentes, diseñando programas de vacunación, nutrición y prevención de enfermedades. Su objetivo es garantizar el acceso a servicios de salud de calidad para la población infantil, contribuyendo a la reducción de la mortalidad y morbilidad en estos grupos etarios.

Asociación Española de Pediatría (AEP).

La AEP es una entidad científica y profesional que promueve la salud de los niños y adolescentes en España. Está compuesta por pediatras y expertos en diversas especialidades pediátricas. Su misión es actualizar los conocimientos médicos a través de guías clínicas, investigación y educación médica continua. La AEP colabora con entidades nacionales e internacionales en la mejora de la salud infantil.

Asociación Americana de Pediatría (AAP).

La AAP es una organización sin fines de lucro dedicada a la salud y el bienestar de los niños. Fundada en Estados Unidos, esta academia brinda pautas basadas en evidencia sobre la atención pediátrica, publica investigaciones clave y aboga por la prevención de enfermedades y accidentes. La AAP también promueve la educación en salud pública y apoya a los pediatras en su desarrollo profesional.



Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes (CONAPRA).

El CONAPRA es una entidad del gobierno mexicano dedicada a la prevención de accidentes y lesiones en el país. Coordina políticas públicas, investigaciones y campañas educativas para reducir el número de accidentes y promover la seguridad en el hogar, la vía pública y los entornos laborales. Enfocado en reducir riesgos en la infancia, esta organización trabaja en la implementación de normativas y programas preventivos.

Cruz Roja Mexicana.



La Cruz Roja Mexicana es parte del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja. Su misión es prevenir y aliviar el sufrimiento humano en emergencias, accidentes y desastres. En el contexto de la pediatría, la Cruz Roja Mexicana ofrece capacitación en primeros auxilios y respuesta ante emergencias, y colabora en la educación sobre la prevención de accidentes infantiles.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF).

El ICBF es una entidad gubernamental de Colombia responsable de proteger y garantizar los derechos de los niños, niñas, adolescentes y familias en todo el país. Su labor incluye programas de nutrición, protección infantil, adopción, bienestar familiar y prevención de riesgos. El ICBF también desarrolla campañas para la seguridad infantil en el hogar y promueve entornos seguros para los menores en el ámbito familiar y comunitario.



Clínica Mayo

La Clínica Mayo es una organización médica y de investigación sin fines de lucro en Estados Unidos, reconocida mundialmente por sus servicios de atención médica especializada y su enfoque integral en la atención al paciente. En el ámbito de la salud infantil, proporciona información médica confiable, recursos sobre prevención de enfermedades y guías para la seguridad y el bienestar de los niños.

La Guía de Seguridad de Productos Infantiles

Es un recurso especializado que ofrece información sobre la seguridad de los productos destinados a niños y bebés. La guía incluye recomendaciones sobre cómo elegir productos seguros y evitar aquellos que puedan representar riesgos para los menores. También brinda alertas y retiros de productos inseguros del mercado, educando a padres y cuidadores sobre cómo garantizar un entorno más seguro para los niños a través del uso adecuado de productos infantiles.

Es importante destacar que las recomendaciones se actualizan regularmente basándose en la investigación más reciente. Los padres y cuidadores deben mantenerse informados a través de fuentes confiables como las páginas web oficiales.

Recuerda que la prevención es clave, pero también es decisivo saber cómo actuar en caso de accidente.



7. Curso Primeros Auxilios para bebés y niños



Curso de Primeros Auxilios para bebés y niños.

- Aprenderás a conocer, evaluar y cómo proceder ante situaciones que merecen una atención inmediata de primeros auxilios por parte de nosotros como padres o cuidadores, en favor de nuestros bebés y niños.
- Aprenderás a brindar una adecuada asistencia médica primaria que, de no llevarse a cabo, podría representarle a tus hijos consecuencias desfavorables en su salud y bienestar en general.
- Sabrás qué cosas debes hacer y qué no, ante ciertas situaciones en las que puede verse comprometida la salud y vida de tu bebé o niño (a), y que, sin duda alguna, requieren de tu absoluta asistencia y primeros auxilios.
- Accederás al certificado avalado por Hotmart y Seminarios Online.

Temario

Módulo 1. Introducción al curso

- Bienvenida al curso.
- Sobre el experto
- Qué son los Primeros Auxilios
- Signos Vitales
- Diferencias Primeros Auxilios en adultos, niños y bebés.
- Recomendaciones Generales

Módulo 2. Teoría primero auxilios

- Introducción
- Tipos de heridas.
- Heridas por cortes.
- Heridas por abrasión.
- Heridas por trauma.
- Heridas por quemaduras.



- Golpes y hematomas.
- Accidente rábico.
- Hemorragias espontáneas.
- Hemorragias por heridas y lesiones.
- Atoramiento, atragantamiento y arcada.
- Alergias y sensibilidad.
- Diarrea y deshidratación.
- PRE y POST vacunación.
- Intoxicación por agentes externos.
- BOTIQUIN

Módulo 3. Práctico primero auxilios

- Signos vitales en bebés.
- Atoro y atragantamiento en bebés.
- Inmovilización del dedo del niño.
- Inmovilización de la articulación del niño.
- Inmovilización de la extremidad del niño.
- Limpieza de herida por raspadura.
- Atoro y atragantamiento en niños.

Módulo 4. Bonos

- Bienvenida Mitos / Verdades
- Chupar la herida en accidente ofídico.
- No dejar dormir al bebé después de un golpe.
- Sobar al bebé "escujao".
- Carne cruda y tomate para hematoma.
- Apretar el pecho.
- Técnica punto mariposa.
- Tiempo de la primera deposición del bebé.

Módulo 5. Preguntas frecuentes

Módulo 6. Cómo obtener tu certificado

Tu tranquilidad es nuestro objetivo. Adquiere el curso de primeros auxilios y protege a tu pequeño en cualquier situación. Con Hotmart, tu pago está 100% asegurado.



Adquiérelo
AQUI



8. Conclusiones



La seguridad de nuestros bebés y niños depende en gran medida de la atención y el cuidado que brindamos en casa. Tomar medidas preventivas adecuadas, como asegurar las áreas de juego, evitar el acceso a productos tóxicos, supervisar constantemente y hacer del hogar un espacio seguro, es esencial para reducir riesgos.

Los padres y cuidadores tienen la responsabilidad de crear un entorno que minimice los peligros, pero también de enseñar, desde una edad temprana, la importancia de su autocuidado.

Al inculcar hábitos de seguridad, los estamos ayudando a reconocer posibles riesgos y a actuar con mayor responsabilidad.

En caso de accidentes, aunque es fundamental saber cómo actuar en el momento de que ocurran, los padres y cuidadores nunca deben sentirse obligados a gestionar la situación solos. El papel de los profesionales de la salud es insustituible.

Ante cualquier duda o incidente, es esencial consultar con ellos, ya que pueden ofrecer el tratamiento adecuado y evitar complicaciones.

Los primeros auxilios y la prevención son herramientas valiosas, pero el acompañamiento de expertos es siempre necesario para garantizar el bienestar de nuestros niños.

“ Solo un segundo de descuido basta
para cambiar una vida ”

Irina de Geofamstore
contacto@geofamstore.com